

Les conseils de Nicolas Brousse pour faire son levain et son pain :

Ingrédients pour le levain :

- 150 de farine de seigle T80 à T170
- 200 g d'eau
- 40g de miel

Ingrédients pour le pain :

- 100 g de levain
- 650 g de farine de blé T65
- 350 g de farine de seigle
- 650 g d'eau
- 20 g de sel

Pour le levain : mélanger tous les ingrédients dans un saut ou un bocal haut et laisser fermenter 48h à 25°C.

Pour le pain: Mélanger tout simplement tous les ingrédients dans un grand récipient, le couvrir d'un torchon très humide, laisser pousser tranquillement 12h dans sa cuisine. Le lendemain, allumer son four en position sole à 250°C, préparer une cocotte en fonte avec un léger fond d'eau et un papier sulfurisé à dimension. Façonner son pâton en ajoutant un peu de farine dans le bac afin de faciliter la sortie de la pâte. Poser le pâton en forme de boule dans la cocotte, laisser reposer 15-20 minutes. Faire une incision et cuire 45 minutes avec le couvercle à 250°C et 15 minutes sans couvercle à 220°C. Sortir de la cocotte directement après cuisson. A savoir : n'utiliser que la moitié de votre levain et faire un rafraîchi après chaque utilisation avec autant d'eau que de farine.

